COCINA

POPULAR INTERNACIONAL

This is a 11 KUCZKOWSKI beak

resentamos en este libro una cuidada selección de recetas tradicionales

de diferentes países. Sopas espesas o ligeras que le deleitarán, sabrosos guisos de pescado, mariscos, carnes y recetas de budines y pasteles como los que hacían

nuestras abuelas. En suma, cocina popular de siempre para personas con buen aperito.

ISBN 84-96304-54-X



www.enlybeek.com

H KLICZICO WSKI

Indicaciones prácticas

Раса регистрания

Рага состветов соег роск екригнейска



Paga cocanieros avangados



En este obra las medidas se expresan en grantes y litras. Además, se emplea la taza como me dal e um espacielad de 250 ml- tanto para ingredientes fiquados como solidos. El peso medio de los harvos a emplear en las recezar es de 60 g. La capacidad y el peso de las conservas entras ligitamente según el producto y el laborcante, por lo que reconnendamos encugar el que más se aproxime al indicado en la receta.

Unidades de medidas y altreviaturas

Taza = 250 ml.

Cucharada = cuchara sopera poco colmada (20 ml)

Cucharodita a epcharilla de cale rasa (5 ml)

g = gracus kg = kdograms ml = militero 1 = firro

Cappagin C. Standach Bosse 1995.

The state of the s

htte des in Dicke September Per 300, 210 in Keine Rel Addless From 5000 2000. Display Lymnel: Obserty Consumy Conding

Line 2005 Skirt CVP Kitt the 41
anthrone 1 Cubjenes linearitie Share And
45,75 River Vector until Material
Feb 104 95 644 55 81
Feb 174 97 50b 26 83

onlybook@onlybook.com

Institution that might began a being Ass less pass, allighed some in the Roberts of the entropy of the Science bear Mighed Strongs Assessed Conference of the Science Property of the Link Inspired of the Science of th

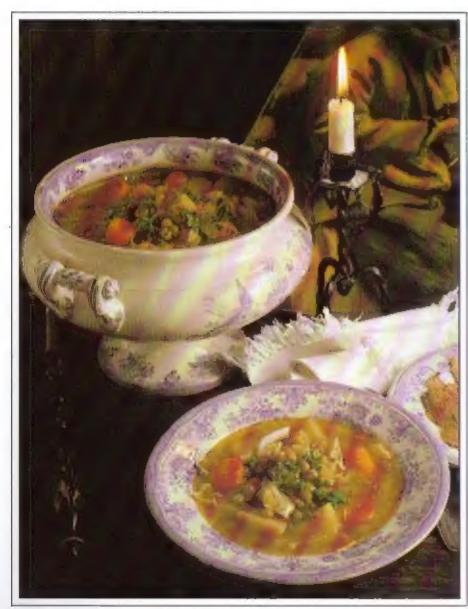
for any time issue she cabe state a serior maken de la editernal en emestro s'at likego.

www.co.lybook.com

COCINA POPULAR INTERNACIONAL

H KLICZKOWSKI

SOPAS



Sopa de guisantes secos con cordero

as sopas son un Lexcelente y económico primer plato y siempre son bien recibidas, sobre todo en invierno. Algunas, como la de guisantes secos con cordero, son lan sustanciosus que sirven como pluto único. Los recetas de este libro estan seleccionadas entre lo mejor de la cocina casera de distintos países, con sus sahores caracteristicos, que le calentarán hasta "las entretelas". Las sopas se deben preparar con auteloción y calentarlas cuando se vavan a servir. Su subor se acentuará si las conserva una o dos dias en la RESERVE.

Conseio

Para hacer una sopa de cerdero económica. utilice jarretes en vez de lomo deshuesado. Poega el cordero a cocer con 8 tazas de agua; cuando hierva, baje el fuego al minimo y dejelo cocer. sin tapar, 3 horas o hasta que la carrie se separe del hueso. Cuele el caldo, dejelo enfriar y métalo en la nevera toda la noche. Desgrase el caldo y reserve aparte la carne. Mezcle en la cazuela el caldo con las verduras y los condimentos, dejelo cocer despacio hasta que las verduras estén tiernas. Attada la carne de cordem y sirva.

Sopa de guisantes secos con cordero

Preparación: toda la noche en remojo + 20 min Cocción: 1/2 h Raciones 8



1 taza de guisantes verdes secos 1/2 taza de guisantes amarillos partidos 6 tazas de agua 3 cebollas, picadas 500 g de patatas, en dados 1 taza de zanahorias en rodajas 1 taza de bidbo de apio en

dados 1 kg de lomo de cordero deshuesado

deshuesado 1 cuchoradita de granos de pirrienta

2 hojas de laurel 250 g de col en jidiana perejil picado

1 Cubra los guimmter con agua fria y deselos en remojo toda la noche. 2 Al dia signiente, escurratos y póngalos en una cazuela grande con 6 tazas de agua. Añada la cebolla, la patata, la zanahoria, el apio, el cordero, la pinnienta y el laurel; tape y deje cocer a fuego lento 1-11/2 horas, desgrase la superficie. Añada la col y cueza 10 minutos más-J. Saque la came y córtela. en lonchas: sirvala en cada plato con su sopa. O bien, córtela en trozos pequeños e incorpóselos a la cazasda: añada el perejil. Si lo desea,

no utilice toda la carne y guarde el resto para comerla el dia siguiente, en lonchas y con mostaza y crema de rábano picante.



Vichyssoise

Preparación: 10 min Cocción: 30 min Raciones 4



l puerro grande 2 cucharadas de mantequilla 2 cebollas picadas 500 g de putatas, sin piel y en rodanas 4 tazas de caldo de verduras mata montada cebollino cortado con tijeras

Lave el puerro, córtelo en rodajas y rehóguelo en mantequilla con la cebolla hasta que ésta esté blanda. pero sin que se dore. 2 Añada las rodains de patata y el caldo; tape y deje cocer hasta que todas las verduras estén blandas. Escurra las verduras, paselas por el chino y mezcle este puré con el caldo: meta la vichyssoise en la nevera hasta que esté bien fria. Antes de servir, ponga una cucharada de nata y espolyoree el cebollino.

Sopa de rabo de buey

Preparación, 3 h Cocción: 1 h Raciones 8



I kg de rabo de buey, cortado 10 tazas de agua hariota pimienta 30 g de mantequilla 125 g de beicon sin grasa, en tracitas 2 cebollas, en radaias I zanahorias, en rodajas "Is de taza de apio picado 2 ramilletes de perejil I hoja de laurel I ramillete de tamillo 12 granas de pimienta 3 cucharados de granos de cebada percuit picado

1 Ponga a cocer en una caruela los trozos de rabo con el agua; cuando hierva, baje el fuego al minimo y déjelo cocer 2 horas. Saquelos de la cazuela y escurralos sobre papel absorbente: enfrie el caldo-Pase los trozos de rabo por la harina con la pimienta. 2 Derrita la mantequilla y dorelos. Añada el beicon. la cebolla, la zanahoria y el apio; rehóguelos despacio hasta que se doren. Espume y desengrase el culdo: échelo en la cazuela con el rabo y las verduras: ponga el perejil, el laurel y el tomillo atados en ramillete y eche la pimienta. Llévelo a ebullición a fuego lento; espume la superficie, tápelo y déjelo cocer I hora.

3 Saque la carne de la cazuela; enjuague los granos
de cebada y añádalos al
guiso. Deshuese los trozos
de rabo y pongalos de
nuevo en la cazuela; tape y
deje cocer a fuego lento
durante 1 hora. Retire el
ramillete de hierbas y sirva
la sopa con perejil
espolvoreado.

Consejo

Chando vaya a echar la cebada, puede poner también l'taza de tomate triturado en conserva o ¹/4 de taza de tomate concentrado; dará mas sabor a la sopa.

Sopa de cebolla a la francesa

Preparación: 20 min Cocción: 45 min Raciones 4



500 g de cebollas
60 g de mantequilla
2 pastillas de caldo de
verduras o de carne
5 tazas de agua
1 puerro, en rodajas
una pizca de tomillo seco
2 dientes de ajo, majados
pimienta negra recsen
molida
1/4 de taza de vino blanco
seco
unas rebanadas de pan
250 g de queso gruyere o
emmental, callados

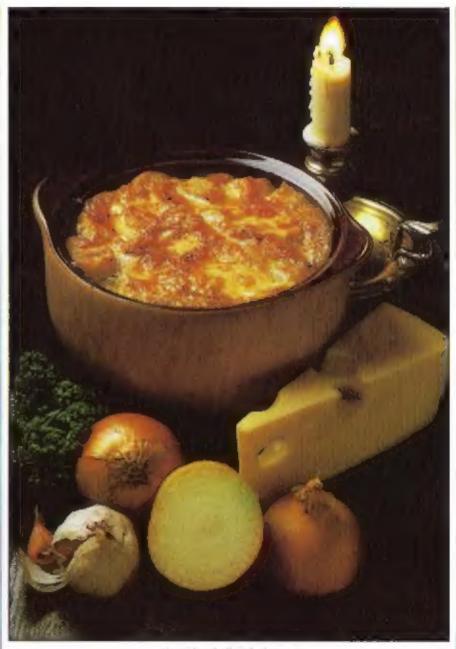
1 Pele la cebolla y cortela en rodajas finas. Rehoguela muy despacio a fuego lento con la mantequilla, hasta que esté blanda y dorada, Incorpore las pastillas de caldo, el agua. el puerro, el tomillo, el ajo y la pimienta. 2 Deielo cocer tapado durante 25-30 minutos: anada el vino y remueva. 3 Pase la sopa a una caznela refractaria o repartala en cazuelitas archividuales; cubra la sopacon las rebanadas de pan y el queso rallado encima. 4 Meta la cazuela al Isorno precalentado a 240° C., hasta que el queso burbujer y esté bien dorado.

Nota: para que esta sopa tenga bastante sabor, dore bien la cebolla. Sofriala con el fuego muy bajo, removiendo a menudo basta que esté de color dorado oscuro (unos 20 minutos).

CONSEJO

Si lo prefiere, unte las rebanadas de pan con mantequilla y ajo majado, tuéstelas hasta que estén cruñentes, espolvoréelas con el queso y pongalas en los cuencos individuales.





Sopa de cebolla a la francesa



Sopa Mulligatowny

Sopa Mulligatawny

Preparación: 30 min Cocción: 1 h Raciones 6



1 kg de pollo en trozos, antenusios o pechugas
2 cucharadas de harina
2 cucharaditas de curry en polvo
1 cucharadita de curcuma
1/2 cucharadita de jengibre molido
60 g de mantequillo
6 clavos de olor
1 manzana grande, pelada y en dados
6 tazas de caldo de pollo

2 cucharadas de zumo de

11: tuzo de crema de leche arroz cocislo y chatney para acompañar

1. Ouite la humedad a los trozos de pollo con papel absorbente. Mezcle la harina, el carry, la cúrcuma y el jengibre; frote bien el pollo con la mezcla. 2 Caliente la mante quilla en una cazuela de fondo grueso y dore ligeramente los trozos de pollo por todos lados. Añada los clavos, la pimienta, la manzana y el caldo: llévelo a ebullición, baje el fuego y deje cocer I hora. 3 Sague el pollo y retire los granos de pintienta y los clavos. Quite la piel al

pollo y corte la carne en

dados pequeños; échelos en la cazuela y añada el zumo de limón y la crema de leche; rucaliente despacio.

4. Sirvalo en cuencos calientes, con arroz hervido y chutney en un plato aparte para echarse a la sopa. Pende acompañarla con coco, pasas sultanas o cacabuete en trocitos.

Sopa Borsch

Preparación: 1 h Cocción: 15 min Raciones 8



1 kg de morcillo de ternera 8 tazas de agua 1 cebollo, picada 3 hojas de laurel 1 cucharadita de pimiento de Januica entera 2 tonates, sin piel y

picados 2 pointas, sin piel y

cortadas en tiras finas 2 zanahorias, sin piel y cortadas en juliana

l col pequeña, cortado en tiras 750 e de remolacha.

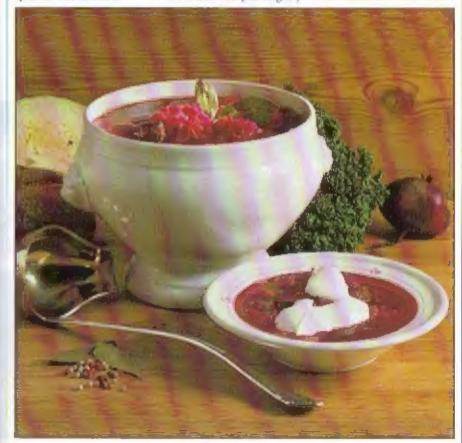
cortado en juliana 2 cuchamiditas de vinagre pomenta reción molida 1/4 de taza de perejd picado 2 cuchamidas de eneldo fresco, cortado em tijeras

 Ponga a cocer en una cazuela grande la carne con el agua, la cebolla, el laurel y la pimienta de lamaica; cuando rompa a hervir, espúmelo si fuese necesario y déjelo cocer tapado durante 1 hora o hasta que este todo tierno. 2 Mientras se hace la carne, vaya cortando todas las verdaras en infiana con un cuchillo bien afuado, técnica algo lenta pero preferible a rallar los alimentos, en cuyo caso la sopa quedaria de un color

apagado. Cuando la carne esté ya cocida, sáquela de la cazuela y córtela en tiras gruesas; póngala de nuevo en la cazuela, añada las verduras y deje cocer la sopa destapada unos 15 minotos. Si la cuece con la tapa puesta, perderá su atractivo color vivo.

3 Ponga el vinagre, la pimienta, el perejil y el eneldo; remueva. Sirvala birviendo con pan negro y it cucharada colmada de nata batida mezclada con un poco de crema de rábano picante.

Consejo No tire las hojas de las remolachas tiernas. Resultan deliciosas crudas en las ensatadas. o rehogadas en trozos con ajo y mantequilla.



Sopa Borsch

limes

Sopa de pollo griega

Preparación: 1 h + toda la noche en la nevera Cocción: 20 min Raciones 6



I pollo de I kg 6 tuzas de agua I zanahoria en rodajas I cebolla en rodajas I tallo de apio, en rodajes I escharadita de tomillo fresco I hoja de laurel 2 dientes de ajo, en trocitos l cucharadita de pimienta blança en grano Va de taxa de arrez Dimienta. I cuchanula de aceite vegetal I vema de hueve 2 harvos

el zumo de 1 limón cebollino picado

1 Ponga en una cazuela el pollo con el agua, la zanahoria, la cebolla, el apio, el tomillo, el laurel, el ajo y la pimienta en grano. Llevelo a chullición, espume y déjelo cocer hasta que el pollo este tierno. Saque el pollo, dejelo enfriar y cortelo en trozos pequenos. Cuele el caldo y dejelo en la nevera toda la noche. Quite la capa de grasa. Rehogue el arroz con el aceite caliente unos minutos, echelo al caldo y cuezalo durante 15 minutos hasta que esté hecho. Añada el pollo y remueva: pruébelo antes de sazonar y anada pimienta si lo

desea, Si prefiere la sopa más espesa, eche el doble de arroz.

1 Lave el puerro y cortelo

con aceite caliente y añada

el apio, el champiñón y el

ajo; rehoguelo 10 minutos.

Añada el caldo, el laurel, el

zumo de limón y pimico-

ta; cuezalo 5 minutos mas,

2 Añada el pescado y las

vierras y deje cocer de pa-

los langostinos y el vino y

remueva. Rectifique de sal

y pimienta y deje que se

3 Mezcle la mayonesa

con el ajo; si queda muy

caliente a fuego lento.

espesa, añada algo de

leche, Sirva con el pan-

tostado y un poco de

cio 5 minutos más, eche

en tiras con el hinojo.

Pongalo en una cazuela

3 Bata la verna con los 2 huevos enteros y el zumo de limón; añada con cuidado un poco del caldo caliente y remueva. Viértalo en la sopa sin dejar de remover; no deje que hierva, sólo que se caliente, para que no se cuaje el huevo.

 Sirva con pan y queso, espolvoree el cebollino picado.

Sopa de mariscos

Preparación: 15 min Cocción: 15 min Raciones 4



I pacrro I bulbo de hinojo 1/2 taza de apio en radajar 8 champiñones, en láminas I diente de ajo, majada 3 esseharadas de aceite de aliva 4 tazas de cuido de pescado l boio de laurel 2 cucharaditas de zumo de limon ponienta 500 g de breca o pagel. cortado en dados 125 g de vicinis 250 g de langostinos. pelados Va de tuza de vino blanco Secon

1/2 taza de mayonesa

I dientes de ajo, majados

cuadraditos de pan tostado

Sopa de verduras provenzal

Preparación: 15 min Cocción: 40 min Raciones 6



6 tazas de agua 1 taza de paiatas eu dados 1 taza de zanahoria en dados

l puerro grande, coetado en tinas

l taza de judias verdes cortadas

310 g de judios blancos cocidos, en comervo 1/3 taza de espaguetis cortados 1/2 toza de pan blando desmigado 2 dientes de ajo

2 cucharadas de tomate concentrado

2 cucharadas de hojas de albahaca fresca

1/4 de taza de queso parmesano rollado

I cucharadita de pasta de curry

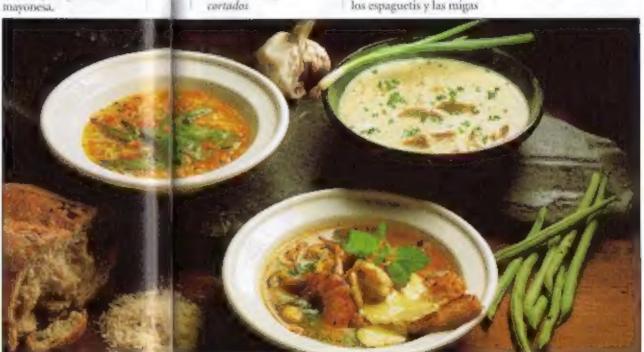
2 cucharadas de acerte de oliva

 Ponga en una cazuela el agua, la patata, la zanahoria, el puerro y las judias verdes: tape y dejelo cocer durante 20 minutos.

 Eche las judias blancas, los espaguetis y las migas de pan; deje cocer, sin tapar, durante 12 minutos más, o hasta que los espaguetis estén al dente.

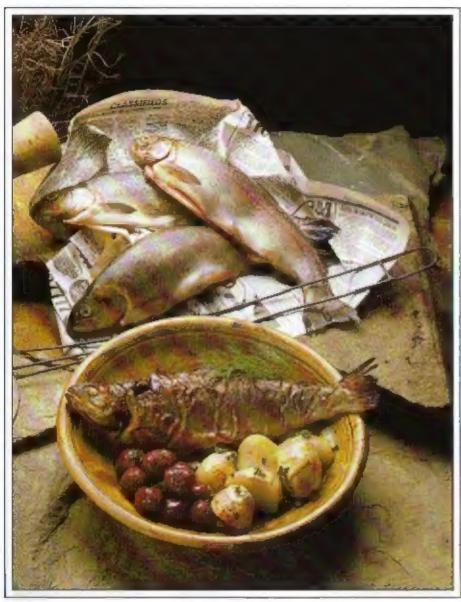
3. Pase por la batidora el ajo, el tomate, la albahaca, el parmesano, y la pasta de cierry, añada el aceite poco a poco echando varias gotas cada vez. Si lo prefiere, májelo en el mortero. Echelo a la sopa, remueva y sirvala con más parmesano y pan tostado.





Sopa de verdicias provencial, Sopa de mariscos y Sopa de pollo griega

PESCADOS Y MARISCOS



Trucha almendrada

T os pescados y zmariscos tienen un tipo de carne que nos permite preparar una comida principal deliciosa o un atractivo primer plato. El pescado es un alimento de făcil digestión capaz de abrir el apetito más desvanado, tanto si está cocinado suavemente con mantequilla, como horneado en un figerisisto vol-au-vent con una salsa de nata.

Trucha almendrada

Preparación: 10 min Cocción: 12 min Raciones 4



4 teuchas medianas barina pinnenta 125 g de mantequilla 2 cucharaditas de zumo de funón poniento recién molida 1/s de taza de almendras peladas, tostadas y alversas en dos unas canas de fumón

 Quite a las truchas las aletas pegadas al cuerpo y deje la cabeza y la cola; paselas por la harina, sazonada con pimienta.

 Derrita la mitad de la mantequilla en una sarten y fria las truchas hasta que estén doradas por los dos lados.

 Săquelas de la sartén con cuidado y pongalas en una fuente caliente; mantengalas al culor. Ponga el resto de la mantequilla en la sartén y añada el zumo de limón, la pumienta y las almendras; réhoguelo durante 2-3 minutos. Ponga la salsa sobre las truchas y sírvalas enseguida con las cunas de limón.

CONSEIO

La trucha tiene escamas pequeñas, piel fina y carne blanda de sabor snave; cuando las descame, procure no desgarrar su piel. Normalmente se sirve entera.



Pescado al horno con relleno a las hierbas

Preparación: 20 min Cosción: 45 min Raciones 4



l besago grande a otro pescado entero similar 125 g de mantequilla 1 tazas de pan en dados 4 fonchas de beicon, en trocitos 1 diente de ajo pequeño.

majado l tallo de apio, en rodajas 3 dialotas, picados finas 4 cucharada de tomillo fresco picado pimienta recién molida un poco de mantequilla derretida unas rodujas de lima o de limón para adornar

I Timpie bien la cavidad

del pescado y pongalo en una fuente de horno aceitada, Caliente la mantequilla en una sartén. grande y fria el pan hasta que esté cruiiente y dorado; sáquelo de la sartén y dejelo enfriar aparte. 2 Fria el beicon en la misma sartén hasta que esté crujiente; anada el ajo, el apio y las chalotas y rehóguelos hasta que se ablanden, unos 5 minutos. Mézclelo con el panlas hierhas y la pimienta. 3 Ponga el relleno dentro del pescado y úntelo por fuera con mantequilla. derretida. Métalo en el horno precalentado a 180" Cunos 45 minutos, o hasta que la carné esté blanca y opaca y se abra facilmente con un tenedor. Cortelo en rodaias y ponga una cucharada de relleno en cada una. Adorne con las rodajas de lima o limón.

Constio

Al comprar un pescado entero compruebe que está terso y tiene los ojos saltones, la piel brillante y las escamos pegadas.

Pescado a la parisina

Preparación: 15 min Coccióne 25 min Raciones 4





500g de lomas de un pescado de carne firme 13/4 tazas de agua I tallo de apio pequeña 1/2 cebolla pequeña 2 ramilletes de perejil I hoja de laurel 20 de taza de vino blanco 125 g de viciras, partidas por la mitad 250 g de langostinos. pelados y desvenados 185 g de champinanes pequeños, en liminas 3 chalotas, picadas finas 35 g de mantequilla pimienta Leuchanida de harina pan desmigado rehogado con manteguilla

I Quite la piel a los lomos y córtelos en dados; quite las expines. Ponga a cocerel agua con el apio, la cebolla, el perefil, el laurel y el vino; cuando rompa a hervir, baje el fuego y deje cocer durante 5 minutos. Ponga el pescado y cuezalo hasta que quede entero; sáquelo con la espumadera y resérvelo. Eche las vieiras y los langostinos y dejelos cocer 2 minutos; sáquelos de la cazuela. Cuele el liquido y reserve 11/4 tazas. 2 Sofria lentamente con 15 g de mantequilla los champiñones y las

chalotas hasta que se ablanden; ponga pimienta a su gusto y repartalo en cuatro platos refractarios. o en una luente de horno. 3 Dernta los 20 g de mantequilla restantes y rehogue la harina 1 minuto: vierta poco a poco el caldo reservado, sin dejar de remoyer hasta que hierva. Baje el fuego y cuezalo 3-4 minutos, Pongo la pimienta y eche el pescado, los langostinos y las vietras, cuezalo 2 minutos para que se calienten. 4 Repartalo en los platos o en la fuente y ponga por encima el pan desmigado Tunas 6 cucharadas rehogadas a fuego medio con

CONSEIO Puede enriquecer esta receta sustituyendo 1/4 de taza del caldo por Me de taza de nata.

3 cuclstradas de mante-

quilla hasta que esté

crujiente). Sirvalo.



CONSEJO El jengibre fresco se puede conservar, pelado y cubierto de igrez. en un frasco hermético. durante 6 meses en la печета.

Salteado del señor Lee

Preparación: 15 min Coccione 5 min Raciones 2

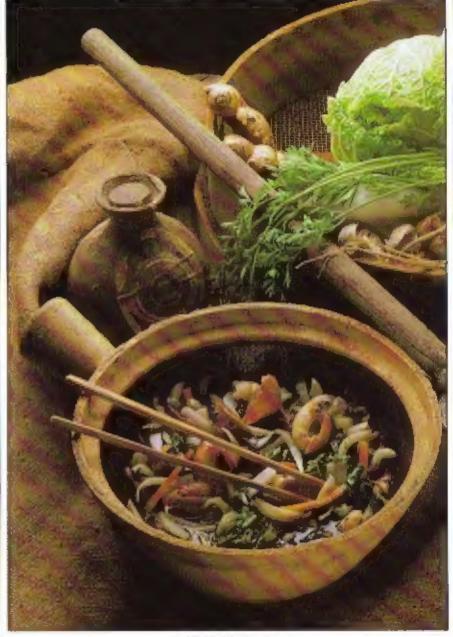


Loncharada de aceste recetal l diente de ajo, majado 2 hojas de col china. cortadas en tiras l zanahoria, cortada en ndiana I nabo pequeño, cortado en neligras Leebollo blanca, coctoda en rodajas a lo largo 4 champinones, en láminas 2 cucharaduas de edomro fresco picado I cucharadita de jengibre fresco picado fino l escharado de miel l cacharada de zumo de Loneon 12 gambas grandeso 6 langosimos, pelados

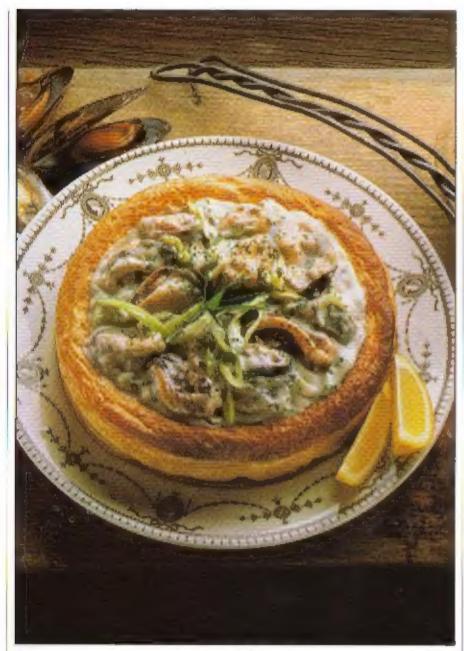
sarten grande de fondo gruesix eche el nio, dele unas vueltas y saltee la col, la zanahoria, el nabo, la cebolla y los champiñones sin que se ablanden-2 Incorpore el cilantro, el jengibee, la miel y el zumo de limón; remueva para mezclar los sabores. Anada las gambas o los langos timos y la soja; remneva para que se calienten. Sirvalo con arroz hervido al vapor o con fideos.

I cucharada de salsa de sojo

1 Caliente el aceite en una



Salteado del senor Lee



Vol-au-vent de mariscus

Vol-au-vent de marisons

Preparacione 30 min Cocción: 10 min Raciones 4



3 cucliaradas de manteguilla l truerro pequeño, en rodaias finas 125 g de champinones, en laminas finas 3 caeluavados de harina 14/2 taxas de leche Me de taza de vivo blanco Ge de tara de nata Lvema de linevo Vi cucharadita de estravou omnicoto. I docena de astras, sin la comba I docena de menllones, sin la concha

l vol au vent grande, de 18 o 20 cm de diámetro perent picado I cholora, picado fivo

punenton

1 Decrita la manteguilla en una cazuela y rehogue a fuego lento el puerro y el champiñon hasta que estén enteros; espolvorce la harina, rehóguela y vierta la leche poco a poco, sin dejar de remover; cuézala hasta que se espese. Ponga el vino y deielo cocer a fuego lento unos minutos más. Retirelo del fuego. 2 Bata un poco la nata con la yerna y viértala despacio en la salsa; añada el estragón y sazone con la pimienta. Eche las ostras y los mejillones y deje que

cuezan a fuego lento durante 2-3 ininutos.

3 Caliente mientras tanto el vol-au-vent en el horno a temperatura moderada. Relienelo con la mezcla de los mariscos y adome con el perefil y las chalotas: espolvoree el pimentón.

CONSEIG Las vol-au-vent se pueden encontrar en supermercados y gastelerias. Si no lo encontrase de tamaño grande, empleelos de tamatto individual.



Mejillones a la crema

Preparación: 15 min Coccion: 15 min Raciones 4





36 mentlones can su concha agua para cabrirlas 60 g de manteguilla 2 cuchanadas de harina 13/2 tazas del liquido de cocción de los mebllones I diente de oso, majodo 1/1 de taza de vino blanco 1000

2 yemas de luevo 2 cucharadas de zumo de liman

1/3 de taza de nata liquida pimiento recien molula

perestl picado fino para adornor

Lave los meillones al chorro de agua fria, quite las barbas y rasque con el cuchillo las conchas hasta oue esten limpias: deseche los que no estén hien cerrados. Pongalos en una cazuela ancha, cúbralos con agua hirviendo y dejelos cocer a fuego vivo 5 minutos, o hasta que se abran; deseche los cerrados. Sáquelos de sus conchas y reserve las mejores para servir. Cuele el liquido y reserve 11/1 taxas.

2 Derrita la mantequilla, eche la harina y rehoguela a fuego lento durante 1 minuto; retire la cazuela del fuego, eche el ajo y vierta el liquido reservado: remueva hasta que llegue a ebullición, baje el fuego y déjelo cocer 5 minutos.

3 Mezele en un cuenco el vino con las yemas, el zumo de limón y la nota; échelo en la cazuela v remueva hasta que la salsa. se espese; sazone con pimienta. Fonga de nuevo los melillones en la cazuela y dele que se recalienten despacio.

4 Reliene las conchas con esta mezcla y espolvorce con perejil picado.

CONSEIO

A los mejillones se les considera como las ostras del pobre. No los cueva demastado porque se endurecen,

Revuelto de atún con patatas

Preparación: 20 min Cocción: 15 min Raciones: 4



250 g de patatus, en dados 15 g de mantequilla 2 lonchas de betcon, sin la corteza y en cuadraditos 2 cebollas medianas, en todajas finas 1 lata (375 g) de leche evaporada pimienta 1 lata (425 g) de atun al natural perejil picado

- Ponga las patatas en una cazuela con 2 tazas de agua hirviendo y cuezalas unos 8 minutos.
- 2 Derrita la mantequilla en una sartén y sofria despacio el beicon y la ceholla hasta que esta este transparente y el beicon crujiente, incorpórelo a la cazuela con las patatas.
- 3 Vierta poco a poco la leche sin dejar de remover; ponga la pimienta y cueza a fuego lento 10 minutos.
- 4 Escurro el atún y desmiguelo; échelo a la cozuela y deje que cueza 5-7 minutos para que se caliente. Espolyorce el perejil.



Pastel de marinero

Preparación: 20 min Cocción: 20 min Raciones, 4



I kg de patatas
I lana (56 g) de filetes de anchas, escurridos

14 de tazo de un queso sobroso rallado

14 de tazo de perejil picado

15 taza de nata agria

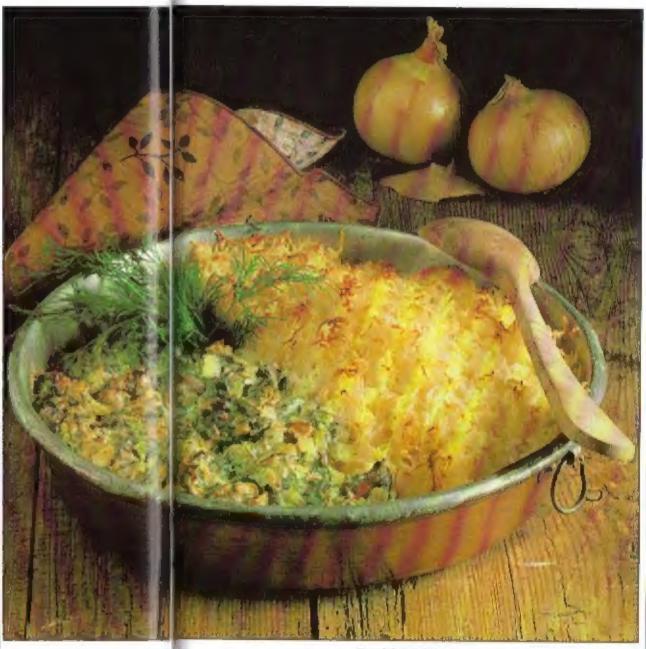
375 g de pescado blanco de cuene firme, en filetes pimienta

250 g de vieiras o de metillomes, sun su conclui

 Pele las patatas y cuezalas en agua hirviendo hasta que estén tiernas; escurralas. Pique las anchoas y mezclelas con el queso, el perejil y la nata agria.

2 Coloque los filetes de pescado en la mitad de una fuente de horno engrasada; sazónekos con pinienta y ponga encima las vieiras o los mejillones. Cubralo con la mezela de las anchoas.

3 Pase las patatas por el pasapurés directamente sobre la otra mitad de la fuente, junto al pescado. Métalo en el horno a 180° C durante 20-25 minutos, hasta que la carne del pescado se separe fácilmente con un tenedor y el pastel esté ligeramente dorado por encima.



Pastel de marinero

Pescado a la barbacoa en Papillote

to Service STA College State STA



16/2

7. 4. 4 7 4 pt 5 44 le the transfer of the state of the 117 kg k 51 k и и год . . . ar 3 FC 30.5 x the harms a second 1 11 11 11 11 11 11 11 11 par ter ar a car. ETER IS IN LOS IN PASS "HANK HILLS r i 1 11 1 1 12 7 72 7 16 6 16 Clc Di th to the The extension of a many

A specked to a first

the control to be seen to be seen a post of the control to be based to be a post of the control to be based to be a post of the control to be based to be a post of the control to be based to be a post of the control to be a post of the con

(A)NN (1)



Gambas Coromandel

Pro I



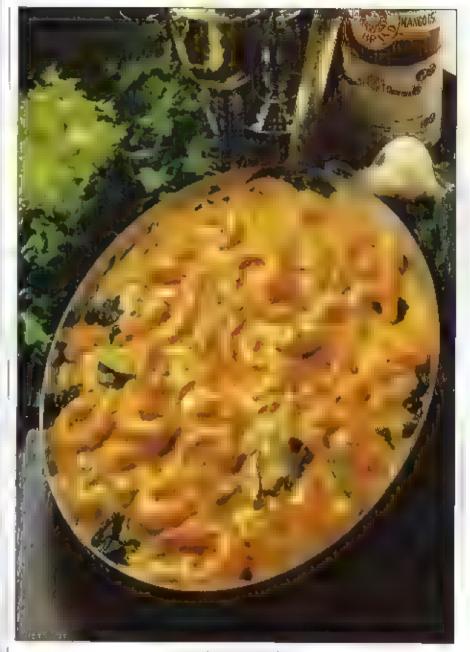
 I. Dero a en una sarten la marteguilla añada el or or on polyocals than bas of their I part to the sucle a new to bridges hastarque externa ach. Labe la vebe exquirada e timate la sur o he area formers a Y cicleb Kir lespacies certific 5 deministration 2. Magnada trake getta cl tetery o problem selection to parallel sciences. disease a bodo a se constitue THE SEAS OF PUBLIC AT 1 Aprile beer list cy many and properties. el da sica ascrino the care tell AR BE LOW FEEL AND ex y the fig. Report epid the testile to the AFRECO DE Apallo CT ICHTE

CONSER

March 10 Mar



Proceeds to the second to the



annibus co amanda

CARNE Y POLLO



Pollo a la provenzul

Estas recetas de carnes v Ede pollo se idearon en an Principio paca agricultores y ganaderos, que trabamban duramente de sol a sol. Pero, racluso en una sociedad urbana. como la nuestra, siene siendo imprescindible. sobre todo para los niños en edud de crecer, un buen plato para reponer energias, justo lo que necesita una familia con buen aperita, Los guisos a fuego lento y los estafados permiten emplear cortes de carne más comomicos. ademas, auestras recetas le proporcionarán uleus para que combine los distintos ingredientes y sobores.

Pollo a la provenzal

Preparación 15 min Coccion 40 min Raciones: 4



2 richio alco de acerte We de mantemalla I pollo de lo kg trocculo. "ancharadas de brands tade to a de emoblamo 10. 47 4 tenuates, pelados Bachollas pequeñas, peladas l mon ana pelada y cortado en dados Leudranadna de curry eu

ta a de accatimas verdes polico

· cucharadata de tamillo

2 41 g de champiñones perent v cebollino picados

1. Calcente en una caznela el aceste con la mantequilla y rehogue los trozos de pollo hasta que estén dorados por facta-Escurea la grasa y reserve a para hacer el champiñón 2 Eche el brandy sobre el pullo: añada el vino, los tomates, la cebolla, la manzana, las acertunas, el curry y el tomillo. Tape la cazuela y déselo cocer a fuego lento hasta que este tterno, unos 30-35 minutos, añada un poco más de vino ai fuese necesario. J. Rehogue el champiñón con la grasa reservacia échelo en la cazuela con el polla y espalvaree con el

CONSTIO

pered yel cebul, mo-

Strvalo con tagarines

Para pelar los tomates, haga dos pequeños cortes en forma de cruz en la base con un cuchllo afila Jo v sumertakor en agua birviendo. durante | 2 minutos: a piel saldra făcilmente



Pollo al limon estilo italiano

Preparación: 10 m si Corcion 4c min Ractoures, 4



I pollo de 1 5 kg, en trosos pequeños binnenta 1/2 cucharadita ne romero

2 cucharadus de acest vegetal

l diente de ma, maiaita A taza de vino tuanco

2 frace 1239

2 cuenaradas de zumo de Interior

Lacenarada de perenpreado fine

1. Espoivoree la pimiem e y el remero sobre los trozos de pollo. Cahente el aceste en li pa car tela vi dore bien el podo por todos lados hasta que este tierm.

2 ABuda el ato y el vino y reháguelos con el porto: saquelo de la cazueta y ati igalo en una fuente de servir Bata los huevos con el zume de amon v viertulo en la cazuela sin detar de temo ver el buevo. no debe hervir, som espesarse. Viertalo aobre el polla y espervaree et percjil. Sarvato inmedia tamente con fidensi sa leados con mantequina y una ensalada verde



Pastel de huevo y pollo

Preparación, 40 min Cacción, 1 vi h Ractures, 8



taza de harma comun taza de harma de nærza 20 _N de mantegatia, en trocitas

I yema de haevo, batala 150 rama - c

agua frui 8 pechigas de polta 6 centilletes, preader finas 1 cucharada de perent puode 1 cucharadata de mecillo de presente paraenta 5 havens cacutos

I lancho gruesa de jumón

1 Tamice las hannas en un cuenco grande; eche la mantequalla y deshagala frotandola con los dedos basta que quede una

mezela miensa. Añada la

verna de huevo batida para

glusen

Pastel de hucoo y pollo

vema de hueva y soficiente agua fria para que la masaquede consistente. Metala er la nevera 30 minutos. 2 took dejamusa hasta care paeda forrar un morde desmo nable cagrasado de 23 em. Desmemice el pollo di firas y orte en dados el jamon. mezelelos en un cuencocon la cebolleta, el perent, las hierbas y la pimienta. 3 Extrenda la mitad del relleno sobre la masa: reparta por encima los haeyny chendos, sin cascar c y enteros, y cubra con el resto del relleno. Estare la masa restante para hacer una cubierta; humedezca los bordes de la masa del molde, pouga la culserra y apriet on decision los bordes de ambas masas para que se peguen. Decore con los recortes de la masa y punte el pastel con la y ma hatida our, are or tes pequenos in or cuburta para que salga el vapor 4 Hornologich ducing 1 foras as w diga piga acilia ce si ili e 12 32 34 2 32 1 4 34 1 the service break arts as the absence neveral sons in con constants

Pollo a la campesina

Preparación, 10 min Cocción: 2 h Ruciones 4



1 pollo de 1,5 kg
5 tazas de cerco
1 sanaharia, en ciatvo
trozos a la largo
2 tallos de apro, en routario
1 cebollo o 1 puerre
2 camitas de perepo
1 cebollo practiado con
clavos

l Ponga todos los ugredientes en una cazuela grande sin quitar los menudidos al podo Tape y dete cucer a fuego ento unas 2 horas.

2. Saque el polio y reduzes el caldo un poer ara que se concentre e sabor, ret re la grasa de la vaperficte y reservelo para preparar cua quier sopa.

3. Sirvaio ca ten e en apo sas con sa sa de pereticio trio con una.

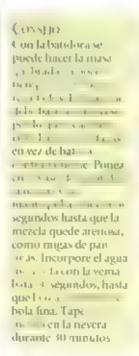
CONSE O

Longele el an dis en

Longele el an dis en

Longele el an dis en

Longele para dan mas
sabor a se nas y sa sus.





Pollo и та сатрезъта



E Obach de cordere con materies

Pollo con salsa de queso

Preparación: 10 m.n. Coca na 45 m.n. Rachine, A



2 kg de trazos de potio dei misma despieci

/ tuza de cado de polle. I puerro, en rodatas — a

i denita

75 g de queso axia

tota de nueves paridas

1. Sazone con pumentalos trozos de pollo y manongajos en la bandeja set horno. Flornée los a 200° C' durante 25 to notos dandoles sólou a vueda. Añoda el enido, echelo sobre e potlo con una cuchara y horneet is 0 minutes may 2 Sagge el polto a una foente que resista el calormantengaio calienti Panga la bandeja de horno directamente sobre el fuego de la cocina, a ruego medio: retire la

grasa sobrante. Añada et

baerro, la nata y el queso y

remneva hasta que se derista el queso; dejelo cocer unos minutos y eche la nata agria y el verinut mézclelo bien

Vierra la salsa sobre el prim y reparta las nucces Sirvo inmediatamente confideos y accona verdura cocida al vapor.

CONSTIO
Para bacer la salsa
puede emplear
cualquier queso blando
va sea azul. bric o

Pierna de cordero reliena

Preparación, 20 mm Cacción, 2 h = 20 mm de represa Raciones 6



I picena di conter i picciali di ana seks 100 k manistradhi I cebella meatana, picada fran "vinages de contena

")a as de pan blanco nervo de nagado

reality of the section of the sectio

l endravaditas de salvar tresca pa ada — eneka radita e es cea

conhanables de process

poraenticen police Solso

Cacharada acharen

1. Pida al carricero que deshuese la pierna.
2. Camente la mantaquilla y relingate ta cetrolla mada que este blanda y dorada. Quite la telulla a los romos, se sanhe las partes blancas y romeir y en dastrios, relinguelus con la cebolla hasta que se doren un poco. Betire la sartén del fuego y añada el pandas literbas y la primienta que guste.

3 Dejelo enfriat un poco y rellene luego la pierna de cordero; atela con lulo de cocina, procurando darle

ana bonda forma. \$470nela con pimien dispongala en una renlia sobre la bandeja de hormo y ponga éste a 180° (4. Asela durante unas 2 horas pura que quede bien hecha (450 horas, si ta quiere un poco rosada), rociandola varias veces con el jugo de la ha ideja. Dejela reposar 20 minutos. quite et bilo y trincheia 5 Para bacer la saba du ite la grase de la bandeta, menos 2 cucharadas, y rehogue a fuego lento la harma, cuando este bier mezclada, vierta poco a poco el caldo sin dejar de or there is so in the server quede fina y expesa. Recti fique de sal y primienta y

Caristio
Para que la salsa le quade más fuerte y oscura, relioque osen ai narisa bassa que no queden gruntos, bate el fuego y continue renossers o hasta que coja un color bien dorado, procuran do que no se le quemo



Rollitos de ternera

Preparación: 30 mm Courson, 1 Ve h Rocenes, 1





l fidetes may fians (\$00 g de Inpa de ternera) taza de pan desmigade eucharadas de peren pre ido

l manzana pequeña, petada corta a en troche. I toucha de bescon, pigado

the

te alegrarea si transca si

Test streams dr mer me

to a radios de la la como vinas grandes, en

rodums
i celunta grande, en rodinas
l 12 tazas de canadar uma

2 estenatudos de are sate

e tropicale retain

I decorte na l'etensadese necesar a vicar etasen cuaet ados de 10 cm de ado. Meze e en un caence as migas de nam el pere i, a mi vez minha com a l'arrayen y pari enta o gistos reparta la meze a entre los ficios se entre le os y fictos com mincerte de signido i mina ne la roll tips.

2. Dore it is os roll os en ace le casea en en el ponga os en una fue i e de la incoma para la zanalitaria y la cebal a y espolyorce a bar na rest.

Mexica en un cuenco sparte en caldo con e la mare concentração pringo a hora de acirel y eche, por encima de ros roi, nos, fape la fuente y horneela a 60° C durante os roi tos estén erross. Outreles el pilo y strva. A.

Estofado de cordero con budines

Preparación 20 mm Carción, 2 b



Africa to the to the total and the total and

Landonnus, en redapes

kanas de apo en acies

era de carra a verdaras, o ague Lembaradas de pereja parab

A de conturnatate etc. A grindo vatra dos I canhara do etg salso Va registeria e

Parieta a y ana pizat di

I Cancate e ace te cor la manteel, valen anakarter grande de fondo graeso y dore ion in side carrie un a más aceite at test recesar o. Is to a cater un nde de la same i ethe a ceh la en la it u parte y rehogue a hasta ut e este transparen c 2 Pass order a one cazar a de ama con coneche un poun de 👾 🕕 coudo a la sarte y y especus las frocitos de a apaylus a la saxuela Añaga a chir via la zanahona y el ap



Estatudo de carden na acone



and also concaldo o gua y eche el pere il parechas, la salsa vivorces cesti re la pirmenta y el zucar (l'iezalo a fue caroe esce blanda.

1. S. ryalo con pild de accordos.



Budines cocidos

Preparation 15 man Cambo 15 mm



tazas de barsu, de bierzi i cui harada di perzi pu ido u stan e protos ia 1879

to the aza de termes

1. Ponga en un aux rao la namina con el penercy in ormienta: y erta a eche c e agua y remaeyo hasta que pirmaso adquiera this consistence pastora Enhantnest las paintas de las manos y irme hous con la malapungalas sobre el estorac que estará cociendo. Tape la cazue p 1 deteros couer as os 15 minavos antes de que el estofado esté listo para SL V

Solomillo de cerdo al vino de Madeira

Prepartición 20 year Coccon, 15 mg s Raciones, 6



kg de soiom llus de cerdo 2 curharodas de haror a printenta recién molido i a "mondas ne acerte ergeta i cucharanta de mantegadas i cerolas, punda 175 g de conaptravios populas log más de mantegrata Its acertamina

Carrie os sonem nas en lonchas graesas y páscias por a hacina sonor nos cor principal

suctional de Materia

Place de rate

2 Cultente et acerte con contact a de mont.

In y relongue la celullo harta que com ne de com manda et champ non, de contact y dese o cocer nos in nutos Saque la celul a y e, champinon

3. Caratta e el resto de la

mained and y rehopse is

come a fuego vivo durante.

Chi nutos, Incorpore a cenol e y el champiñón y renegació I minato más. Anada el camo de manzana la nala, el y no de Madeira y el toma el concentrado remagya hásta que se espese.

4 Sirvalo con arroz o con-

Consejo Para que la salsa quede mas espesa, emplee pare de manzana o salsa de manzana de trasco, en vez del zumo



Menestra de ternera

Preparación; 20 min Cocción, 2 h Buctanes, 4



 O g de espaldata de ternera, en dados
 2 cucharadas de harma pracenta

2 cucharadas de aceta Etaza de von Torto

I nom de tauret

l cuchantilda de tomila

l diente de ajo, memb egebaradas de tomos concentração

l cuchanadita de bayas de enebro (opcional 12 ceballitas franceias

12 cebalitas francesas 2 zanahorais, en rodujas

l tallo de apio, co roduna l puerro, en rodunas

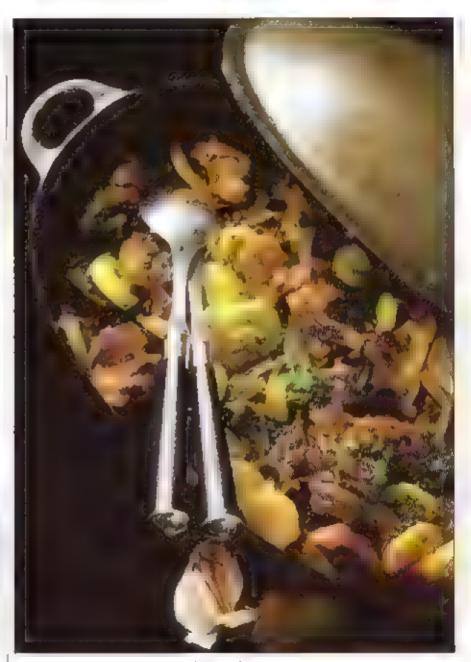
I. Pase nos clamos de carros por la barina sazonada doreitas bien en aceste cal ente y póngalos en una cazuela de horno bara. 2 Eche el vino en la sartén y rasque el fondo para arrastrar la harma y les trocitos de carne pegados en el fondo. Añada el la irel, el tomillo, el ajo, el tomillo de lajo, el tomillo de la carne Tape la carne la carne la carne la carne el horno a 180° C durante la horia.

3. Añada a la cazuela las cebollitas. la zanalioria si el apio: déjelo correndo en el horno 30 maintos más lincotpore el puerto y dejelo en el borno hasta que la carne este fierna puos 20, 30 minutos. Sirvalo inniediatamente

CONSEJO

Las havas reens de enchro, pequeñas y di culor negro por por a, de sabor muy caracteris fico, se encueña o en fiendas de alimentación disteta a y a en nos supermercados. Para que den mas sabor machaquelas antes de anada las al gueso.





Menestra de teroent

Contra de ternera con glaseado de caruela

Preparación, 10 mas. Com mallo y 40 m si ductores, e



touchier historie in

tend on make make the selection of the tend temple process on a temporal on

Ar as le primenti

1 how he leaved victions
victorials to remails victorial
vicio directorials
to directorials
to directorials
to directorials
to directorials
to directorials

porturas trans nas mantentas trans la versa de recebis es a trans

Fractional to ste more

7 .

I A THAT IS A BY TO A P WOOD cazaria de fortos grueso. the a character of Vinagore et ato, la cette la prachada a promienta y el camillete. t thrat or hagdaly pongalo at fuego; cuando erva, pale el fuelto v aeielo cocer lapado 40 m n. tos. Añas a as. zamphr ries, ias deponess, iaspalaies y ias thirtylas. continue a cocción I hora mas, o haste que la carne esté tierna Saque as yen, area chando ester Talk to be the Time of the



contraditional or more estable

man ingalas cahun es Keserve las in richis

2 Mexico bab i Maria in

tanente ca cone a con
fuente ca cone, pinte a con
a mezida y cantela et
nte nas, vitva a con las
verdaras y anas con as
verdaras y anas con as
que habia reservado, you
en a pag 4º a roc.
Puede acompañaria

v consiste de massigne n

CON Je

con le controlla de

con ella rescus o de

mon ella rescus o de

so sa de cretona. No tites,

secontrol pur que nas

de zomo de nora na

sara que la salas ques e

un el siste ques e



Conejo guisado

Preparación 40 m n + 8 h k rer Carctón - 45 h Retractors 4



I coneto, desprezado a harddras de voiaen. n Porta Sazonatelo Care Sa perpetul L'eacharada de acerte L'encharado de mientegantic I centile s arecommissions arturus en trazas grandes. the nound de elevanor - Parto, Ch entrattactions. t without the house tope of the fine of serie I tuza de caldo de pora exercise mater de te many FO. MY. PHICK From the de in rev. * non-von ne tomallo. Irons ste festions

to menta recien modulo

25 g ne championes.

4 4 5 5

perejo pirado

cornuos par at mund o en

C'est in Females rates to test ats

I Ponga et concio a ren ci ar en agua ina con sal y el vinagre durante 6 Nihoras. Escurraro y secueno bien na sucona, n. 2. Carichte en tina sarten el oce te con la

2. Carrente en una sarten e noe te con la mantequa la y dore los trozos de concio: paselos a una cazue a retrictana una cazue a sartén la ceta la con el beicon y rehóguetas a fuego suave hasta que la cebolla se abtande. Eche la harina y rehogin la durante a o 2 minutos. riegue con el vino y el cingo, añada el tomate concentrado y remaevahasta que empiece a hervir, viértalo sobre et conejo en la cazoela Attada et perent el tomillo y el saurel, cogidus en ram lade, y sayone con promienta a su gustr. 3 Tape la caznela y horneela a 160° C durante 1 2 horas, o hasta que el conomieste blando. Unpoco antes de que fermino la cocción, saltee los champinones en la repretental la administra parante 1 o 2 minutos y affair anns à la caznela. stetire el ram nete de hierbas y sievalniern

Tarrina de conejo

percas espolvoreado

Preparación, 3 h Cacción, 1 % h ion a nes, 8



ta arne de los caurtos
troseros de 2 conena
picada y marinada con
de taza de brundy
algunas horas
2 rigudos de conejo o de
polto, picados finos
500 g de panceta vetenda,
preada
1 cebolla blunca picada fina.

satteada con l'euclianido

de mantequilla

125 g de champinenes picados Ecucharadita de romero fresco picado taza de viño blanco primento 1/2 cucharadina de miemissi una oriebda "cucharadas de nata "hojas de lantel e leschos de becom, sin la

- 18 Co - 18

1 Mezele en un cuenco todos los ingredientes nienos el lintel y el beicon lotre una tarrina estoceramica con las nonchas de beicon, dejando que sobresalgan por los lados, rellene la tarrina con la mezela

2 Ponga encima las licias de latirel y doble liacia adentro los extremos de las lom has de beicon. Penga la terrina en la bandeia del horno, llena de agua hasta la mitad, y horneela a 180° C, durante 1, 194 horas, o basta que salga el nigo claro al pincharia con un tenedor. Dejelo enfriar y sisva con ensalada.

CONSEIO

Sirva la tarrina con pantostado a las hierbas.

Fro con ajo unas retariadas de pantontelas con aceite de oliva y espolvoree con las hierbas frescas o secas que prefiera.

Horneelas en una retita a temperatura media hasta que se dorsei y esten contentos.



racrina de caneio

Dat di goodi ta

Pilaf de cordero

Preparación 3 m p Cacción No m Recientes: 4



500 g de riñonado de curdero en dados 96 g de ghee o di

1 cetada, perata

I to the en temphe

"Jazas de urro

1 /2 tazas de colao de poturiestimente Li ticza de tavas pasas onas voltajas de cebolk perejal picode

I Dore los dados de carne en una caracia con el ghero la mantequi lo, eche la cebe la velo la variaboria y retroguelas unos manutos. Pongale primenta a sugesto, añada el arroz y dele anas vueltas para que coja la grasa.

coja la grasa

2. Vierta el coido, que estara hirviendo, baje el fuego por ga una tapa que uste bien y dejelo cocer hasta que el arroz quede.

cultero y hava absorbado caldo, unus — nonce Destape, eche las uvas pasas, lape de novo y dere que se hinchen un poco 3. Adorne con las rodajas de cebolla y perejul picado Sirvalo inmedialamente.

Cossido

to the contempolar carriers as elabore quitando a carrier as saludias las tenses cas sales. Se puede caicovar a alta temperatura sor que se quemo

Hojaldres de ternera

Propuration 40 mm Cocción 20 mm Raciones 4 hojaldres de Trasa



250 e le maso le bora cre L'eneme tibi de mantequilla L'ebolla, pienda fina 250 g de terror periodo L'u miento le 1 ma

a baratus de salsa Warrenershia

2 cucharatos de agua

sal y po sa a huevo batido para giascur

1 Estire fina la masa corte 4 circulos y forre sendos mondes de 10 cm. 2 Rehogue la cebolia a fuego lento en mantequilla caliente hasta que este transparente añada la carne y renoguela hasta que este dorada. Eche la harina la salsa Worceste shire. 61 % la la sul y la princettir rentueva y leve a chifficion. Retirelo de ruego y deje que se enfrit.

Il Reparta es reveno en ios 4 muides, recorde otros am os a regios de la masa. restante y cubra con ella s ios moldes, pellazque ios pordes con los dedos. Haga un agujero en el centro de cada bir quare decore con recortes de la masa v p nte con huevo hat do. He heeros en una nandera de homio a 210° (durante 20 majornos. 4. Servatos con se sa deromate o, coma pla o PULL OF THE PROPERTY. espesti y gu ha i es



Hoaldres de terriera

Tetrazzini de pavo

Preparación, 40 mm Cocción, 15 mm Raciones, 4





250 g de tassarines rosas, vendes o blancos, o una mezcia de tos tres 60 g de mantequalta 125 g de champiñones, en utilitada 1 cebotia pequeña ratiada 14 de taza de heche evaporada.

I'/2 tazus de caldo de polto 2 cuchanulas de jerez seco fra a re 1 pinniento rojo y 1 verili pequeños, cortados en

vas corras y toras 2 tazas de pavo coerda c atados

L taza de parmesana valunti

1 Char of a amount d Walded & No. 185 gr con sa basta and esten alderete, bay firma yar y pó iga os en una cazurar. refractaria engrasator 2 Derriaga mind ceramantegal la y rehagos a facto shave a change nontasta que se abia ade Africa at mar tegan la resta ite eche la cebolia y rebúg jela 20 sega nacis: ponga la harina y reliógue at 1 minuto, Vierta poco a poco la teche evaporada y el caido, sin de ar de remover hasta que emplece a hervir eche el terez sazone con pinnienta y dejeque cueza 1-2 na matos,

3 Ponga las tiras de pirmiento en un cazo con agua fria a fuego lento: cuando empiece a hervir escurra las tiras y añadalas a la sassa. Eche la mitad de a sa sa sobre la pasta y mezcicias bien; ponga los daons de pollo con el resto de la sauta y tape la cazuela. Espolvoree et queso raliado y hornee In cazuela a 180° C. darante 15 minutos Suva les tallarmes conana ensurada verde

CONSEJO

receis a hacer esta receia con pollo cocido frio, atun deamgado o ascalao ah imado cocido





letraz un de para

VERDURAS, ENSALADAS Y PANES



Jamper de la ran era

T as rendants t Locusaladas, fuen como асонивания ство о сото plato propio, dan un tuque de color a las considas, al Ігетро дие епещиесен за sabor y textura. Ademas, наз реариеснован minerales, vitaminas r fibra esen rales en unestra dicta cottiliana Alortunadamente, hoy dia podemos disponer de una ampha selección de renducus en cualquier epoca del ano. Por eso, estas receias le permiteran utilizar con imaginación una gran varredad de ellas, desde patatus, chirryta'i calabaza, hastacalaban ures, becemenas r pimientos. Se lucluyen en esta seccion algunas recetas tradicionales de dampers (paner caseros) 1 panes de frutas, deliciosos para comer recién hechas con mantequella.

Damper de la montana

Preparation Exercis Caratan at rum Projett pangemate



§ turas de harma de fuerra § encranadras de sal e) g de mantequilla naza de leche na red (a), m

 Tannice la harina con la sal en un vuenco por garla maio equi l. 3.3.36a...a con los dedos hasta conseguir una mezda con repecto de migas finas laga un hovo contrivierta en el la leche niezclada con el agua (mezdelo tene hay a a con-

n una espátula hasta que la masa se despegue de los isodes del cuenca.

2 Trabaje stravemente la anasa en una superficie un poco enharinada y dele forma de hola. Pringala en una ba ideja de horno etigrasada y aplástela hasta que alcance un diá metro de 15 16 cm.

3. Horneela a 210° t durante 10 mio sos 1-aa temperatura a 180° C y nornee 30 ai nutos más

CONSTITUTE DE L'ARREST DE L'AR



Pan de soda irlandés

Proportion into



* melanadas de t

t embasar, sa de so t cuel s assir de trearlicoate de soin. I taza de pitata cocido o a hacado. I nuevo t la cazas de suem de lech

eraz en la superficie con an circini not acto y hor neces a 180° C circante de minut se o hasta que esté cocido. Para que a corteza quede blanda, pinteza mientras está canente con mantega l'a derre, da

Conse to No ponga ma itega, la ru leche al apiastar la pa

ata Suvair con morrotha os de marilea r

Verduras rellenas

Рофиятьных Запече Con (100, 20) , 11 Run nes 6



y there was greathers etc. to the regulat We all me we willy to wither one with fire what

In the second resemble w a. A Nachte W Martin gui CR WORLD IF WHITE Contration n to tea as ele Marter how we bettell He net acted the german the 1500 for all the file of the an in west All all tours to a fr & the stationary of a satisfaction CHI Prices

for a de male in rentes e reas champs or contrales his it is given promesone Frefreitete

1. Quale a les pronentes el tage la tapa le frededor asserollass a membrana Na or times - minuto en agost 4.73 upids a filtrelos base et grob a esconsalus. Derrita a rigirtegiolla. en teha cazorda y solma la

cebolla con el ajon la albahaca hasta que quede transparente Agregue d' tomate, a nata el linevo, algermen de tagos a principa, remacca ana la la me las los macarrones 3 Pongalos in masile pie en la bandeja del borgo. r relicitedos con acon zolas espolauree el queso encimay hornecles a 180 (durante 15. 'tt m rates.

CONSTITUTION

Producer extra retain v4 vd. 3, 1 v5. hiremera I rates at The Principle of the Street Street Street F 5 31 10's 5 - 1 est marsh and deligh 13 + 4 + 12 to 12 to



We de manicandro l cuenandas de azacas Lasa de alabaza carata. enneliacenta y escurrida. 164

Pan dulce de

Courses 25 min

Preparu ion 30 m.n.

calahaza

Riccionals, 5

2 cucliaradas de harrin, achistoria una pizca de sal As de taza de pasas sultanas leche para grasem

Bina en un cuenco la

mantequi la con el azcuar haits or weguir and corsistement are now, por a cala saza viet in seviri v mercerotide ion 2 famice la barria con g sal, echera con as passa en el cuenca y mexele lodo. 3 Traba e un poco la hasa en a persanerare juenharinada y aplastera hastic conseguer for redo idei de 20 cm pongala en una placapostelera engrasada Cortela en 8 porciones, en legar hasta e. fr ial para poderios separar. Pir teta con eche y hornée a a 210° C de 20 a 25 m. n. tha

CONSER

. 1 like para esta recetacarne de cala paza confriera stre da un sahor muy du le y hene an bon to com-



Ensalada completa

Preparación, 5 min. Como Rochames, 4



- 125 g de champthones embarda de som de
- t endorat o unus no ats de towelongo que prefuero
- 8 partins de esparragos en

aguaride muduro, en

taza de apro en rodans 2 naevos daros, en cuartos 1 tozo de rodans finas de petrno

 cools per seña, en rois per finas
 santa de nucces paranas

2 tazor d arroz integral cocios fros

Lp white the termines ceresa-

Aliño de ráliano picano to de lacat de su vortesa 3 rachamalas ne sata l cuer es dita de crema de ratuma presiste

1. Corte es já nitual os champidades y riegae os con el za do de lime s. Reparta en cuatro platos os til de ae cid via con las pontas de esparraga y las codalas de aguaca.

2. Mexico en uniciencia el apto, los huevos daros, el pepido la cebolia las paca as el arroz, las tomates y el champiñon ponga montanto os ce esta mezola en los platos y de el que se enfre bu n

3 Mezcie los ingredientes del ahño y póngalo en la ensalada cuando yava a se y



Puré de batatas

Preparation, 5 mm Course 9 70 mm Raciones 6



5 tratatus grandes, rojas a biancas, coradais en trozos Limanziajas grandy smoth, sin piel ni conozón y cortiatas en trocinos V lazo de leche evaponisia asienta 10 g de imantegialla a a a una prica de nuez muscada ji miento.

 Cueza las batatas en agon berviendo hasta que ester hervias, escorra bien
 Cueza despacio las

agua hasta que en el trernas, escarralas bien 3. Fraga un paré con las patotas y ras marizanas attoda la leche evaporada caberte, la mantequilla derretada y fa nuez noscada, y sazone con primenta a su gusto.

4 Batato bien hasta que quede fino y sirvaio en invalor en podo asados, tambien as challetas de cerdi

Fritada crujiente de ternera con verduras

Preparte ore 20 min Coccion: 20 min Ruciones: 2



mercul

the control of the co

CONSEJO Puede hacer esta receta con cualquier tipo de verduras o carnes cocadas y enfradas.



Fritado crapente de ternera con verdaras



Ratatouille

th paracolo 1 b Coccidm, 30-40, m.r. Rui tones 6



I make a define 3 cucharados de aceste de 1.1120 500 g de catabacenes, en

malaas 2 ceborlus, en rodajas I primiento rojo, en rodajas 5(K) g de tomates, preados I diente de ato, maiado

2 cucharmlas de perent pimienta negra molula

1. Corte la bereniena en rodajas, póngalas en unescurreverduras,pongales sal v déreias sudar I hora: en náguelas y séquelas con papel absorbente. 2. Caliente el acerte en ana cazagla honda de fondo graesos rehogas la berenjena, el calabacio, la cebolla y el pirmento durante unos minutos. Añada el tomate, el ajo, el

perent y pirmenta a su

gusto: remuévalo todo.

Ratatoudle

 Tape con una tapadera gae circaje bien y dejelococer hasta que las venduras estén tiernas peroaun crupentes, no lo dejeencer demastado.

4 Sirva el rotatoudle con conchas de pasta, ensalada verde y pan crunente

CONSTIO

Las rodajas de bereji. jena deben reposar con sal para que suden y pierdan el amargor. Enjuáguelas y séquelas con papel absorbente

Pastel salado en herradura

Preparación 40 min Cocción: 20 min Raciones 12





2 tazas de harma de fuerza uno grado le sur 10 g de mantegalla o anaestrana en troches total de leche 175 bill a de agua

Rellege

Lor a de aneso fuerte rallado en tiras I tomate, pelado y en emideadues Deputtles, medelas

1/2 ceballa pequeña, picada 1/4 de taza de pimiento en \$500 H/45

6 8 aceitionas relienus. picadas condimentos al gusto. 1/2 taza aducional de aueso fuerte vallado en tiras

1. Precaliente el borno a 210° C. Tamuce la hazina vi la sal en un cuenco grande. añada la manteguilla y, con los dedos, frotela ligeramente con la harma. 2 Mezde la teche con el agua, haga un hoyo en el centro y vierta la mezciasalvo I cucharadita, que reservara para pintar el pus-

tel. Trabaie sipidamente ai

3 Pásela a una superficie. enharmada (con harma de fuerza y labatem un pocomas. Estire la masa y de e forma rectangular y an grosor de 1.5 cm

4 Para preparar el relleno: mezcle e, queso, el tomate, los pepuallos, la cebolla, el primerto, las acertunas y los condimentos.

 Extrenda el redeno. sobre la masa y déle forma de rollo. Pongalo en una placa paste,era engrasado con la funtura hacia abajo.

6 Doble er roug en forma de herradura, haga unoscortes profundos cada 2 cm y espolvoree el queso adcional ricrneer, 45 20 16 13 318



Pastel salado en herradura



to there is no for the sail

Tortitas de chirivia

Proparación: 30 man Coccaba, 10 mm Raciones, 6 torritas



the transfer to and actions we material to the transfer to the

I huevo, teatus
pamenta con una pizca de

1 ur. 1000, cu
nuartequida para fryir

1 Mezele la chirivia con la hamna, el finevo, la priniena y mico moscido.
2 Embarchese las manos y forme las tortitas con la masa, córelas en la por a loris la la lasci que esten crunentes. Escúrralas su micolago en con la masa, con la lasci que esten crunentes. Escúrralas su micolago en con la lascido en con la lascido en con la lascido en controlado.

3 Sirvalus con contra de ternera gascada con cirucia (vea pag. 30

Note: el pare de chirivés no heva mantequilla ni le la prese eta essa basa espeso y poco húmedo.



Ensalada de pepino

Preparación, 15 mm n. b. C. gun. Raciones: 4



1 pepino grande, bien verde 1 taza de chalotas picadas 2 a la rada 2 a croahacins fresa ciencia 2 cucharaditas de albahaca 200 p. 500 de he e en pasas sultanas a e su puese pie alas e ta a de sogia matorial

continue or ago mistado

Corte el pepino en rodajas cer trocitos y mezclelo con el resto de cered entes Pongaio en una ensaladera y strvalo.



Ensalada de aguacate con nueces

Priperacien Estima Coc. 34 estiga na Racianes 4



hour de diferente lechtigus again stes muita le presiente

ta a de noves en tra as 2 cucharadius de vinago le curo blanco I cucharadua de mostago pomento recom mobila 2 cucharadas de aceste de contura de uya pasas

L'Oloque las la las de

lechaga en platos de servire, pele los aguacates y córtelos en láminas fisiones recitas inocces.

2. Bata en un cuenco el vinagre con la mostaza y la primenta, eche el aceite goda a geta y baga una y mayreta e apesa. Anada las pasas y viercalo sobre el guacate. Ervalo

Cazuela de maiz con beicon

Preparación, 20 min Corción, 25 min Raciónes 4



250 e de bercon, cortado en

' ebotias - n renaras Leta etc de ajo, majuda

Catalon Medicalar

I for one half to

4 that oreas are among resease o congeladas

1. Dore bien el beicon en su propia grasa, sáquelo de la caracia Rerigio a cebulla con el aio unos minutos, añada el to mai troceado sin escurrir, las patatas y ponticota a su la signatura y controla a su la signatura de la caracia de la ca

ber in Tipe an ear tags in the 22 in record in 23 as a cazuela, apretándo as para que queden cubi ertas añada casdo de vercuras y quedan corto lape y astales cosciuentos in out to se to tags.





commence of the Paris St. St. St. St. St.

POSTRES



Crema de natuma con salsa de senco.

Pocas cosas pueden Drovocarnos lanta nostalgia como los postres que comiamos en nuestra infancia: los budines de fresas o las natullas son buenos esemplos. Le damos algunas recetas no salo de hudines caseros clasicos, sino también de deliciosos postres frius. lunto si elige un postre caliente como uno frio. con cualquiera de estas recetas logrará un perfecto final para sus considas.

Cremo de naranja con salsa de limón

Preparation 35 may Cocron constant Racion 8



Crenta de naranut

hineros eparada lo clara de la ceara

tasa de astrat relimata 97-1 tara de leche, calo nte 5 cochariaditas de gelatina, ablandada con agrad 1 tara de ziano de varia na 500 ml de nota

Salsa de limen

l vento de luizeo 77 de tazo de azua o 60 g de mantequilla, blando 25 a baraditas de hormo de mai

ta a de unua de naranna (de tasa de ama de hinon

 Bata las vemas con el urucar añada la leche caliente y remueva. Viertalo en una cazuela v remueva a fuego lento hasta que casa empiece a hervir

 Añada la gelatina y remueva para disolverla

1 Pongala en un cuench dentro de otro con agua muy fria, remueva hasta que se enfrie. Añada el rumo de naranna y zemue va. Monte las claras y mez cletas con la nata hasta que se espese. Incorpore ambas mezclas a la clicina

4 Pinga la crema en una fuente honda de cristal y deje que se entrie en la nevera. Sirvala con rodatas. de naratua, atomat zadas on by a rabber of Irias. y con salsa de amon- Para la salsa de lambo ponga todos los ingredien tes en un cazo a faege. lento; remueva hasta que empiece a hervir. Retire el cazo y pengalo sobre otro con agus fria, restruevabasta que se enfrie. Si que da muy espesa, aclárela con nata hquida.

Consejo

Para ablandar a gelatina, espolvoreela sobre agua caliente para doadverla v enfuela a temperatura ambiente



Natıllas de pan

Preparación 30 mao Cocción, 40 m n Raciones, 4



1-5 rebanadas de pan de nedecimante autra

tuza de pasus sultanas

* nezas de los he * cucharadas de seucar L' cucharadan de escucia esvan una nuez mos selo

1. Unte ha renana i sido paro con la mantega l'uly de e axiente asio conte i si en tres trozos cada una

2. Ponga ias pasas en una ficente de boron engrasica a victorialas con el pare Billa los linevos con actual en el control de la victoria esta mezcla sobre el pan y deje que repose duran el 20 mm nos.

J. Espaivores a nuez moscada y nor tee as nut llas a 180° C 35.4 minutos. Sirva as templa ass con sa sa coma mar-

CONSEJO

Punde variar es a receta antando el pan con mermo ada de fresa o de fra abriesa.

Pudín de fresa

a Performance Sept. 1 In a noting to as to brace t



Regularity of the residence of orre alless for and ve hall to the ARTORIO 1014 Sala HER OF THE LIEF 2 High Payers 5 of the THE REAL PROPERTY OF SPENSING > 10 100 1 1111 6 sols of ost sa galle are the first and 1 Meze e a merme ada OF HIS TOSOS S AND HER H so the as to decide a deabout the contraction in a clay Prest Flery Specifical Designation of the second A MANAGER AT A 16 PL MANAGE C a record a fab TO SECTION ASSESSMENT OF STREET I THE THE PLANT OF THE PARTY of the reservoir coperators of hernola 7 F (c - de c - ax 17 1508 N. O.E. 1150 Tab. 1 THE RELEGIATE WATER SE CHE PROBLEM OF TO I HERE TO YE > TYGE caliente o tempiado, solo o con nata «quida

Souffle borracho

Proposition for the proposition of the proposition



26 A Ph. 16 P.

c ty Pay c dy Pathol

t y 24 Ph.

2 ty Pay 2 day

t asy 20 t a 4 de

c the 40 Pay 2 the the

t asy 40 Ph.

t asy 50 Ph. 6 de

t the 40 Ph.

Mercles 1 car Accorded that Valuation approache cales tel ava tres pert places bepay to Application Splitting 2 46 46 6 6 7 4 23/61. \$ > \$1 to 1.5 1 States to Value tele a proces a col 15/4 () = 4 = 1.14 SE ON BURNING STREET through the brooks cartinary a le moto que este bien mezelado 5 He to las claras a punto and the same saids Serve is a sell to serve Contract of the Section of the Secti to mide, otexis Not a 33 Colorer 5 Child Year, which is seen 4 2 30 1 1 2 contained by many hasta que esté firme por HERE'S A TE HISTORY F denna I spelik her uitte 471 car g 45 7 91 5 1





t Control

Crema al caramelo

repair a > 20 + r + r ma a noche en la nevera Cocción 25 m n Rumones: 6



establist

Les charaneta de esencia de

I mga a ricax to go lento el azucar con el agua y remueva hasta que se manelva. Déjelo cocer sin remover hasta que el arame o esté then dora-

e er an deprisa en 6 moldes engrasados, girando es es para cobrir en orenlas paredes,

2 Cabente la leche con la nata, añada el 1/3 de taza de azilear y remueva hasta el se est bie la mezela esa riador timo en mezela esa riador timo en la vista batedos y la vista lla y mezelelo bien

3 Repártala en los moldes e por sanos en la lacida de agua tempada, Hornectos a 180º C. 20-25 montos en desendo de como de com

4 Dejelos en la nevera toda la noche Despeguelos con un cuchillo para desmoldarlos, o sirvalos o econocite

Gelatina de mango

Prepare sen 20 min + toda la noche en reposo Gocción, ninguna Rissantes 4



mange granar madato

' ara usa la ten

, la la o di sono di

garonya

L abagana di sono di

constant as a glasses to a star glasses to a general received pupers of alter the metric knows of freeze of the pursue.

pant adamar

1. Pele el mango, contra carne desde el hueso si batada carla batadora, pon gala en un cuenco con el perez, los zumos y el azucar glas tamazada, remueva.

 Ablande la gelatina en un poco de agua tria y remuevala sobre agua caliente hasta disolverla, enfriela

J Incorporela al mango, añada la nata y mezcielo.

4 Vierta la mercla en una flanera de 4 fazas de capa cadad, monda u engrasada, y metala en la nevera hasta que se cuaje. Desmolde la gelatina subre una fuente de servir y rodeela con cuñas y rodanas de frutas.





Crema at curamele



Carlanna de marige

Becox ha de tratas

T os biacochos y tartas Lecomo los que hacta nuestra abuela son los más apreciados por cada uno de nasatras. Sin embargo, nuestro cultura rastronómica, abierta a todas las influencias, nos permite asimilar los sabores más trudicionales v caseros de las culinarias de atras paises. Por eso, le ofrecentos algunas de estas recetos, cuyas delicios le haran la boca agua. Se las pedirán una y otra vez.

Bizcocho de frutas

l reporación | 1 h Coccora | 4 h Para l biscocho de 20 em



250 g de ums pasas su-Ingelies, I were by 250 e de pasits sultanits 250 g de grosellos 125 g de cer a more table, trop ada. Deserte cascaras de trutas gla carlets, Decarlets 125 y de abuendros pelados ARTHOUGH STATE As de taza de brands e de sumo de nancera and harma arres the other correct de like of an named to de our alter excelet 1/2 curdiamenta de canela Leucharadua de mezela de Proches tiled Ja-

Medicanopolicalar

I' blue de a mele morene

i Ponga en un cuenco las uvas pasas con las gultanas, las groscilas, las cerezas, las cascaras giascadas y las atmendras, remoielas con el brandy n

2. Tamice las harinas cur las especias, Bata la mantequilla con el azucar liasta que quede ligera y especiosa, añada la mer melada y bata de nuevo neurpore los huesos uno a uno, batiendo liaen antes de echar el siguienta.

1 Incorpore, alternán tolas, la mezcia de fratas y la de harmar mezcie bien longa la mezcia en un mor de hondro de 20 cm. fornado con dos hondro de 20 cm. fornado con dos hondro de paper vegetal, o con papel de estraza. Flormedo a 180° C. Jurante 30 minutos, luge el horno a 160° C. y dejero 2.72 o 3 horas mas. Pinc is con una aguta larga para comprobar que está hecho

CONSEJO
Puede detai las frutas
macerandose en el
brandy con yarias
sensinas de antelación



Bizcocho de canela

Proparacion: 20 mio Coccide: 30 mio Para I bizcocho de 18 cm



Etaza de marmo actuerzo 72-a harmtin de a chia de cui hamdo e de mimoscada

t huevo, separada ta nora n la sema

1 11 de 02-100

esencia de van dio

V) g de man equile ferresida

note the she

I cushared to advisora, di-

Lucharada dan ma de

L. famice in native con a 72 cucharadita de canela y la maez moscad...

2. Bata la data a panto de nieve: incorpore a vena ; méxicla hien. Afiada poço a poco la 1 a taza de azi, car un dejar de sat e vierra despacio la leche, rem ueva y afiada la vena.

Incorpore los ingrecientes sondos tam zados y a mantequalla derrenda remaeva. Ponga la mezda en un molde redondo bajo de 18 um y hor neclo a 180° (darante 30 manatas. Saque y a rites de que se enfrie pintelo con la mantequal a adicional y espoivorer la canela y es articar restar tes bayvare tempiado o frío.

Bizcocho de mantequilla con café

Preparación, 10 mm Cocción, 40 mm Pare Ubizcocko



, 14 tazas de harimi di derzo 14 de taza no may apretado de azione morena

2 suchared sas de cubsor due testantaneo 90 g de martequale derret la huevas Feueraradas de nota 100 g de choconar abnendras pendas

 Ponga en un cuenco la harma, el azuent y el cafe añada, mientras remiseve a mantequalla, los hisevos y la nata. Bátalo hasta que quede una maso fina.
 Póngala en un molde

tus. Fafr elo en una renha

3. Funda despació el chicomo y extremisto en el
pizcucho la orbe coto as
almeneras.

he 19x21 cm v horneelo a

80° C de 35 a 40 migo.



Historino de montes. lla con cale

Tarta de queso con manzana

Preparietón: 10 mm Coccióis: 25 mm Rigidenes: 8



e de ta-a de har ma de tuer a 60 g de mantequalla, blanda 7 cacharaditas de agua narraciada de truta reja 2 manzietas peladas sin 4, san v. n. ardajas 5 m ta. arda passa sultanas 1 m. arda tagar son, e sentralo tasa de tagar son, e sentralo tasa de la mare sumb

strases la cressia de l'honor rollinhi l'embrende de some de lores n la a le nata montada resuet ghes

I. Mezele la harmiscon la mante ji aha v chagua basta. lorinar ona masa. Pempaar en an molde desmonta de s the Laborator cic. 3 a vital aprile taran as outra el fondo Pengarona capa de l'ich me ada y cubrata con las rodaras de manzana y la retail du las pasas 2 Bata matos a requeson la taza de harrina, el avecar les huevos la alla di ra y el zumo de amon y has passas restantes, incorpore la mata. Vierta la mezcla sobre la manzana Horney la tarta a "10" C durante o minutos, hastaque se caraje y este dorada. r sposymer consortical glas v sirvala templada.



l'arta de queso con manzana

Tartaletas de limón

Preparación: 15 min + 30 min de reposo Cocción: 15 min Para 20 tartaletas



11/4 tazas de harina comun 2 cucharadas de azúcar refinada 125 g de mantequilla 1 yema de huevo 1 cucharada de zumo de lonón

Mantequilla de límon 125 g de mantequilla 1 taza de azücar la cascara rallada de 3 límones medianos 'Le taza de ztono de limón 4 huevos, batidos ligeramente Tamice la barina con el azúcar, añada la mantequilla y frótela con los dedos hasta que la mezcla quede arenosa.

2 Bata la verna con el zumo y anadala a la mezcla; mezcle y anuselo suavemente hasta formar una bola fina. Tapela y métala en la nevera 30 minutos.

3 Estire la masa en una superficie enharinada y córtela en circulos para forrar unos moldes para tartaletas. Hornéelas a 180° C durante 12-15 minutos o hasta que estén un poco doradas. Desmoldelas y déjelas enfriar. Rellene con la mantequilla de limón y sirvalas con nata montada.

4 Para hacer la mantequilla de limón: derrita la mantequilla al baño Maria; añada el azucar y remueva para disolverla, Eche la ralladura y el zumo, mezele y añada los huevos batidos, removiendolos rápido. Remueva con el agua hirviendo unos 5 minutos, hasta que se espesi:

Cuelela, pórigala en frascos esterilizados y deje que se enfrien. Conservelos en la rievera.



CONSEIO
Puede rellenar también
las tartaletas con una
capa de mazapan
cubierta con mermelada.



Tartaletas de lonon



Masa quebrada estilo Edimburgo

Masa quebrada estilo Edimburgo

Preparación: 15 min Cocción: 20 min Para 2 tartas de 20 cm



250 g de mantequilla 1/2 taza de azhear 2¹/4 tazas de harina común 1/2 taza de harina de arroz Bata la mantequilla con el azúcar. Añada las harinas poco a poco y trabaje la mezcla con las manos para formar una bola fina y cremosa.

2 Divida la masa en dos y forme 2 círculos de 20 cm con 1 cm de espesor; pongalas en sendas placas forradas con papel vegetal. Pelfizque los bordes de ambas masas y marque # porciones en cada una; pinchelas por toda la superficie con un tenedor.

3 Hornéelas a 160° C. durante 20 minutos hasta que adquieran un color pajizo daro. Deje que se enfrien un poco y córtelas por las líneas marcadas.





Tarta de manzana francesa

Preparación: 20 min Cocción: 30 min Para I tarta de 28 cm



1 paquete de 375 g de masa de hoialdre congelada 4 manzanas remetas, sin piel y cortadas en laminas 1/2 taza de mermelada de albaricoque I cuchanula de vina blanco o de agua

1 Descongele la masa y estirela con el rodillo para darle forma redonda; forre un molde bajo para tartas de 28 cm. Cubra la masa. con las láminas de munzana, solapándolas mov juntas. 2 Caliente la mermelada

con el vino y pinte con

Taria de manzana francesa cuidado las rodaias de manzana con esta mezcla. Horney lo torta a 200° C. durante 25-30 minutos. pintandola con el resto de la macanelada varias veces. Hacia el final de la cocción, gratinela para darle un aspecto glascado. Sirvala templada.



Pastel de mermelada de manzana

Preparación: 30 min Cocción: 50 min Para 1 pastel de 23 cm





11/2 tazas de harinta común 150 g de mantequilla 2 cucharadas de agua caliente

I kg de manzamos granny smith, peladas y corradas en rodaias 3 encharadas de mermelada

de manzana

2 3 clavos de olor

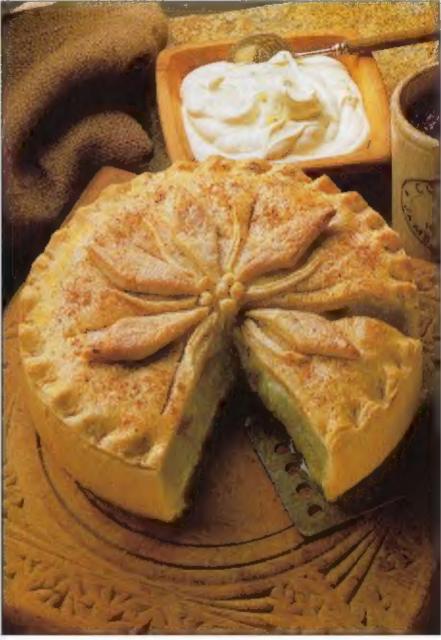
1/2 taza de aziear refinada claro de huevo sin batir azurar adicional cumela en polvo

I Tamice la barina, añada la mantequilla derretida en el agua caliente y mézclelo; añada más harina o más agua para poderla amasar bien. Estirela no poco enuna superficie enharmada y forre con una parte de ella un molde hondo y desmontable de 23 cm. 2 Mezcle las rodajas de

manzana con la mermelada, los clavos y el azúcar: extienda esta mezcla sobre la masa.

3 Humedezca los bordes de la masa con agua caliente y cubra con la masa restante, apriete los bordes para que se peguen. Decore con recortes de masa y baga un agujero de ventilación en el centro para que salga el vapor.

4 Pintela por encima con le clara sin batir, espolyorez generosamente con azúcar y hornéela a 190° C durante 40-50 minutos, hasta que la masa este bien dorada (si se dora muy rapido, cubrala con papel de aluminio). Espolvorce el pastel con la canela y sirvalo caliente o frio con nala montada azucarada y aromatizada con canela.



Pastel de mermelada de manzana

Corona de bizcocho con miel

Preparación: 20 min Cocción: 50 min Para 1 bizcocho en corona de 20 cm



2 tazas de harina común 12 eucharadita de bicarbonato de soda 1 cucharadita de canela 1 cucharadita de cardamomo molido 1 cucharadita de jengibre en polvo 1/1 cucharadita de chivo molido 3 huevos 1/2 taza de aceste vegetal 1/1 de taza de miol 3/1 de taza de azúcar morena, poco apresado jengibre escurchado, en láminas

Glaseado de limón I 1820 de azúcar glas I cucharadita de cofa zumo de limón

1 Tamice los ingredientes sólidos en el vaso de la batidora de varillas; añada el resto de ingredientes y batalo durante 5 minutos. 2 Vierta la mezcla en un molde de corona engrasado de 20 cm. Hornéelo a 180° C ppos 50 minutos. Enfrie y pintelo con el glaseado; adorne con jengibre. 3 Para el glaseado de limón: tamice el azúcar glas en un cazo; añada la cofo y bastante zumo de limón para que quede bien liquido. Remueva a fuego lento hasta que la cofa se derrita. Viertalo sobre el bizcocho, dejando que chorree por los lados.



Corona de bizcocho con miel

ÍNDICE

		Pollo a	
Aliño de rábano		la campesina	23, 23
picante	42		
		Pollo al limón estilo	
Bizcochos y tartas		italiano	21
Bizcocho de canela	55	Pollo con salsa de	
Bizcocho de frutas	55, 54	quesa	24
Bizcocho de mantequilla		Rollitos de ternera	25
con café	56, 56	Solomillo de cerdo al	
Corona de bizcocho		vino de Madeira	28
con miel	62,63	Tarrina de conejo	32, 33
Masa quebrada estilo		Tetrazzini de pavo	36, 37
Edimburgo	39, 59		
Pastel de mermelada de		Ensaladas	
manzana	60, 61	completa	42
Tarta de manzana		de aguacate con	
francesa	60, 60	nueces	46
Tarta de queso con		de pepino	40
manzana	\$6, 57		
Tartaletas de limón	58, 58	Glaseado de limón	.62
Budines cocidos	27	Mantequilla de limón	58
Carne y pollo			
Conejo guisado	32-	Pan	
Contra de ternera		Damper de la	
con glaseado de		montaña	39, 38
ciruela	30, 31	de soda irlandês	39
Estofado de cordero con		dulce de calabaza	41,40
budines	26, 26	Pastel salado en	
Hojaldres de ternera	35, 35	herradura	45, 45
Menestra de ternera	28, 29		
Pastel de huevo y pollo	22,22	Pescados y mariscos	
Pierna de cordero		Gambas Coromandel	18, 19
rellena	25	Mejillones a la	
Pilaf de cordero	34,34	crema	15
		The state of the s	4 4 4 40
Pollo a la		Pastel de marinero Pescado a la barbacoa en	16, 17

INDICE

Papillote	18	Salsas	
Pescado a la		de limón	44)
parisina	12	para pierna de	
Pescado al horno con		cordero rellena	25
relleno a las hierbas	11		
Revuelto de atún		Sopas	
con patatas	16	Borsch	6, 7
Salteado del señor		de cebolla a la francesa	4,5
Lee	12, 13	de guisantes secos	
Trucha		con cordero	3, 2
almendrada	11, 10	de mariscos	8, 9
Vol-au-vent de		de pollo griega	8
mariscos	15, 14	de rabo de buey	4
		de verduras provenzal	9,8
Postres		Mulligatawny	6, 6
Crema al caramelo	52, 52	Vichyssoise	3
Crema de naranja con			
salsa de limón	49, 48	Verduras	
Gelatina de		Cazuela de maiz con	
mango	52, 53	beicon	47, 47
Natillas de pan	49	Fritada crujiente de	
Pudin de fresa	50	ternera con	42, 43
Soufflé borracho	50, 51	Puré de batatas	42
		Ratatouille	44, 44
Relleno para pastel		relienas	40, 41
salado	45	Tortitas de chirivia	46, 46

OTROS TÍTULOS DE ESTA COLECCIÓN | KLICZKOWSKI

Apericivos y entrantes
Asados
Brownies, dulces de azücar y coberturas
Brunches comidas de fin de semana
Budines clásicos
Delicias navidenas
Deliciosas recetas de carne picada
Clasicas recetas con paratas
Cocina asiacica capida
Cocina asiatica vegetariana
Cocina china
Cocina energetica
Cocina francesa
Cocina griega
Cocina india
Cacina indonesia
Cocina inglesa
Cocina irlandesa
Cocina japonesa y coreana
Cocina libanesa
Cocina ligera
Cocina mexicana
Cocina popular internacional
Cocina rapida para niños
Cocinar con hierbas aromaticas
Cocinar con wok
Cocteles y bebidas para fiestas
Comida sana y saludable
Comidas y metiendas para niños
Delicias al horno para toda la familia
Delicias de fiesta
Deliciosas ensaladas
Dukes y bombones
Exquieiras tapas
Galletas, pastas y mantecadas
Guisos y cazuelas
Guisos, rececetas clásicas
Hamburguesas
Helados y postres

Hierbas imprescindibles Lo mejor de la cocina española Masas y hojaldres Mejores recetas de la cocina asiática Menus para toda la familia Meze, cocina mediterranea Muffins & scones Nueva cocing italiana Nueva cocina marroquí Nuevas recetas de verduras Panes y bolleria Parrilladas y barbacoas Pasta perfecta Pasta capida Pasteles al instante Pasteles rapidos y tabrosos Pasteles y puddings Patata, recetas populares Platos al curry Platos clásicos de verduras Pollo al minuto Recetas de invierno Risotton, pilafs y paellas Salsas y aliños Saltendos y guison de sarten Sopas de todo el mundo Sopus rapidas Cocina tailandesa Sabrosas tapas Tarras de fiestas infantiles Tartas dulces y saladas Tartas y pasteles de queso Tartas y pasteles, repostería clasica Tentadoras pastas de te Cocina tex-mex Tortillas, crépes y rebuzados Vegetariana rápida Yum cha y otras delicias asiáticas Zumos, refrescos y batidos